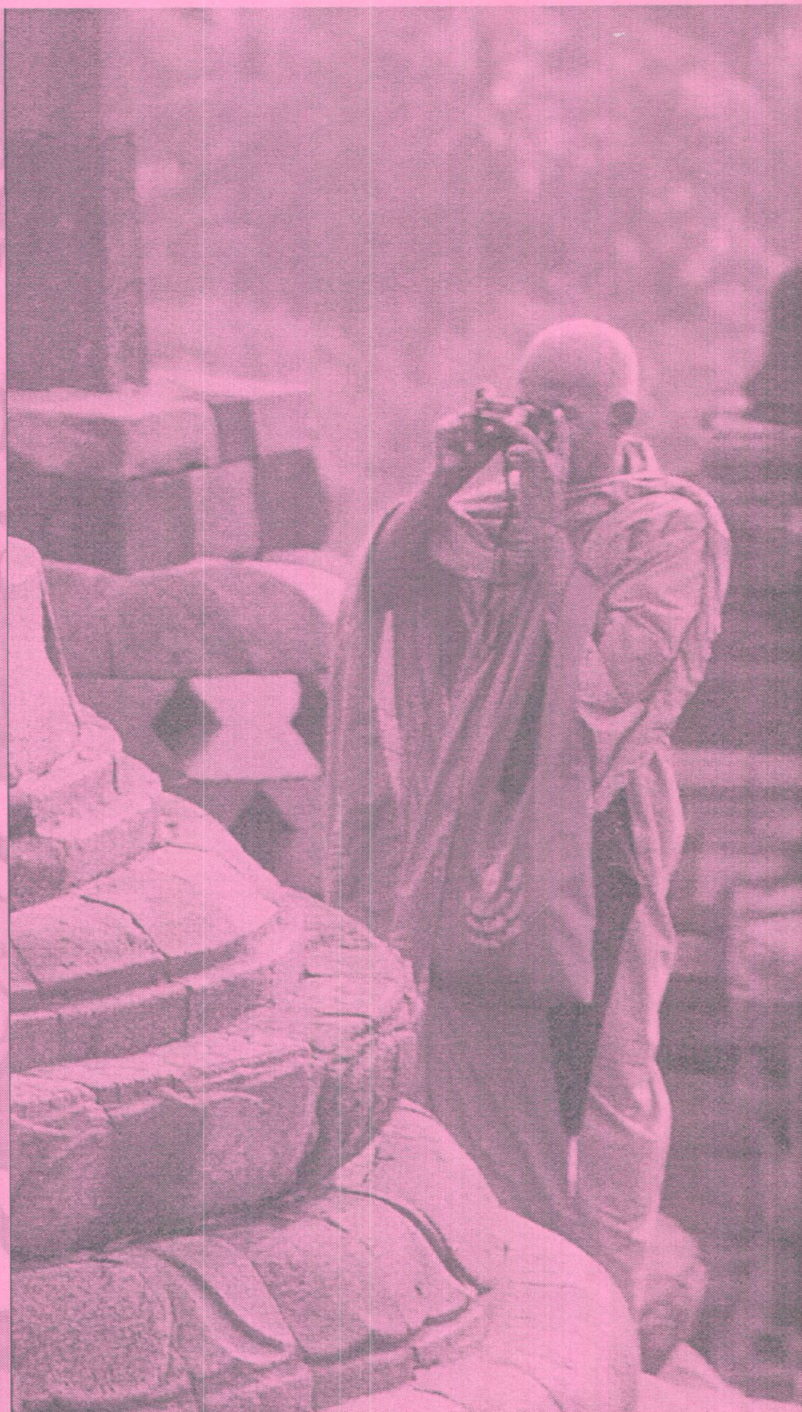
zen
centrum
amsterdam

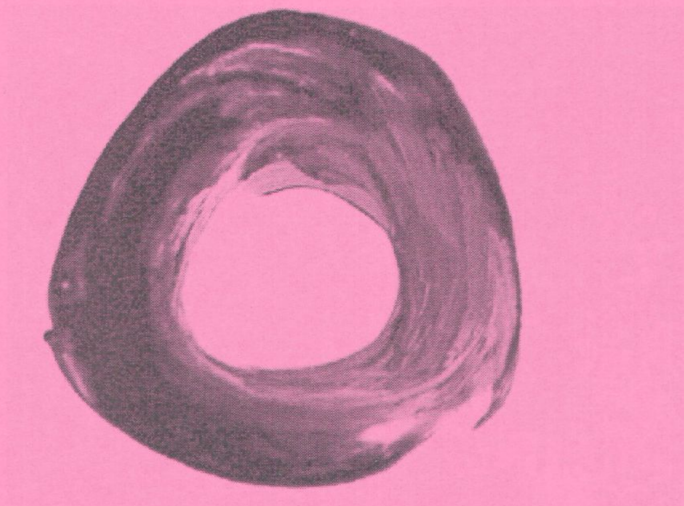
# zensor...

Zensor 53 zomer 2011

moraal



losse
verkoop
3 euro



# Redactioneel

Heeft zen een moraal? Voor Niko is het duidelijk: zen heeft wel een moraal, maar verlichting niet. En juist omdat verlichting 'voorbij goed en kwaad' is, moet je blijven beoefenen na verlichting, benadrukt hij: de trots moet slijten. Absoluut is er geen goed en kwaad, maar relatief wel, zegt Niko.Voor Niko lijken de voorschriften nu eenmaal een noodzakelijk kwaad, om te voorkomen dat we er een bende van maken met z'n allen.

Sommige sanghaleden zitten op dezelfde lijn als Niko. Voor Corrie heeft zazen niets met moraal te maken, of het nu om Osama Bin Laden of om tandenborstels gaat. Jan Mathijs laat de voorschriften voor wat ze zijn en zit op zijn kussen 'als een zingende patrijs die nog nooit een notenbalk heeft gelezen'. Voor Marloes krijgen de voorschriften pas hun glans vanuit het diepste innerlijke inzicht.

Maar anderen vinden dat het relatieve er zo wel heel bekaaid vanaf komt. Jelle vindt bijvoorbeeld dat er door de boeddhistische scholen juist te weinig wordt nagedacht over ethiek in de relatieve wereld. Dirk neemt op bijbelse wijze zijn voormalige zenleraar G. Roshi de maat. En in een heel persoonlijk stuk laat Ellen zien hoe de rauwe realiteit steeds weer ons leven binnendringt, en een eind maakt aan onze sprookjes. Is 'verlichting voorbij goed en kwaad' wellicht ook zo'n sprookje?

Deze Zensor biedt ook wat lichtere kost. Connie en Petra starten een nieuwe rubriek: Zenweetjes. Inzendingen zijn van harte welkom. Ook de haiku-hoek is weer gevuld, deze keer vanuit Spanje. De zenstudent is met vakantie.

*De redactie*



Tokusan Senkan, 9e eeuw

# Trots moet slijten

**'Verlichting kent geen moraal, zen wel', zegt Niko met grote stelligheid. 'Dat is waarom we jukai doen. We nemen ons voor te leven volgens bepaalde regels en voorschriften, die handelen over goed en kwaad. Dat is heel belangrijk. Overigens zijn die regels vrij algemeen, dus iedereen moet ook weer nagaan hoe dat concreet in het leven uitwerkt. Neem 'niet doden'. Is abortus niet doden? Voor dat soort vragen kom je te staan, want daar zeggen die regels niets over.'**

Door **Jacqueline Oskamp**

'Verlichting daarentegen gaat niet over goed of kwaad. Het is een bevrijdend inzicht. Er overvalt je een inzicht dat een bevrijdend effect heeft. Het is met name bevrijdend omdat het niet over goed en kwaad gaat. Moraal bevrijdt niet, moraal verplicht. Vanuit de moraal en ethiek word je beschuldigd en bestraft, dat is helemaal niet bevrijdend. Het is een last, het geweten speelt op. Maar we leven met elkaar, dus we moeten proberen dat zo netjes mogelijk te doen – bijvoorbeeld door elkaars bezit te respecteren. Maar de wetenschap dat een ander meer heeft dan ik, is niet bepaald bevrijdend. Daarom beoefen ik de onmetelijke deugd van medevreugde.'

*Kun je verlichting en ethiek zo scheiden?*
'Jawel, omdat verlichting puur individueel is. Niemand wordt er vrolijk van als ik verlicht word. Niemand heeft daar iets aan. Het is alleen fijn voor mij. Dat betekent ook dat ik verlichting niet kan inzetten in de beoordeling van goed en kwaad. Verlichting is amoreel. In de geschiedenis zijn er heel wat verlichte figuren die een hoop kwaad hebben veroorzaakt. Een goed voorbeeld is Bernardus van Clairvaux. Hij was een groot mysticus, maar hij predikte wel de kruistochten. Hij heeft duizenden mensen de dood ingejaagd. En zo zijn er heel wat boeddhistische leraren die best verlicht kunnen zijn, maar die gedrag vertonen wat niet ethisch is.'

*Heeft de verlichtingservaring hen juist bevrijd van de moraal?*
'Het probleem is dat het verleidelijk is om de verlichtingservaring te gaan



Bernardus van Clairvaux

interpreteren. Dat speelt zich af op een terrein buiten de verlichting, want de verlichting zelf verdraagt geen interpretatie. Maar als je vijf minuten later naar de stembus zou moeten gaan, kun je denken: ik heb een bevrijdend inzicht en dat zegt mij dat ik 130 km wil kunnen rijden. Ik stem VVD!'

'Eigenlijk is dat misbruik van de Dharma. Dat is zoals terroristen zich op Allah beroepen in plaats van op hun eigen verantwoordelijkheid. Allah heeft hen zogenaamd gestuurd. Maar Allah zegt niets. Moslism roepen wat, boeddhisten roepen wat. De Dharma zegt niets. In zo'n geval ontlenen mensen elementen aan hun verlichting die er niet inzitten. Hetzelfde geldt voor de twee waarhedenleer in zen: absoluut gezien is er geen goed en kwaad, maar relatief wel. Toch kun je denken: "Ik heb iets gezien wat lang niet iedereen heeft gezien, ik voel me verheven boven anderen. Ik voel me zelfs verheven boven goed en kwaad, dus ik kan doen wat ik wil." Je verschuift een absoluut inzicht naar het niveau van het relatieve. Daar gaat het fout.'

'Je hebt je te houden aan de maatschappelijke afspraken. Als ik iemand heb vermoord, kan ik niet tegen de rechter zeggen: "Ik houd mij bezig met de eenheid aller dingen en daar is geen goed en geen kwaad." Die rechter zou mij naar de gevangenis sturen. Terecht!'

*Zo bezien moeten verlichte mensen haast onuitstaanbaar zijn?*

'Dat klopt. Heel vaak zijn ze arrogant en autoritair. Daarom: verlichting is niet het einde van het verhaal. Je moet je trots over dit inzicht weer zien te verliezen.

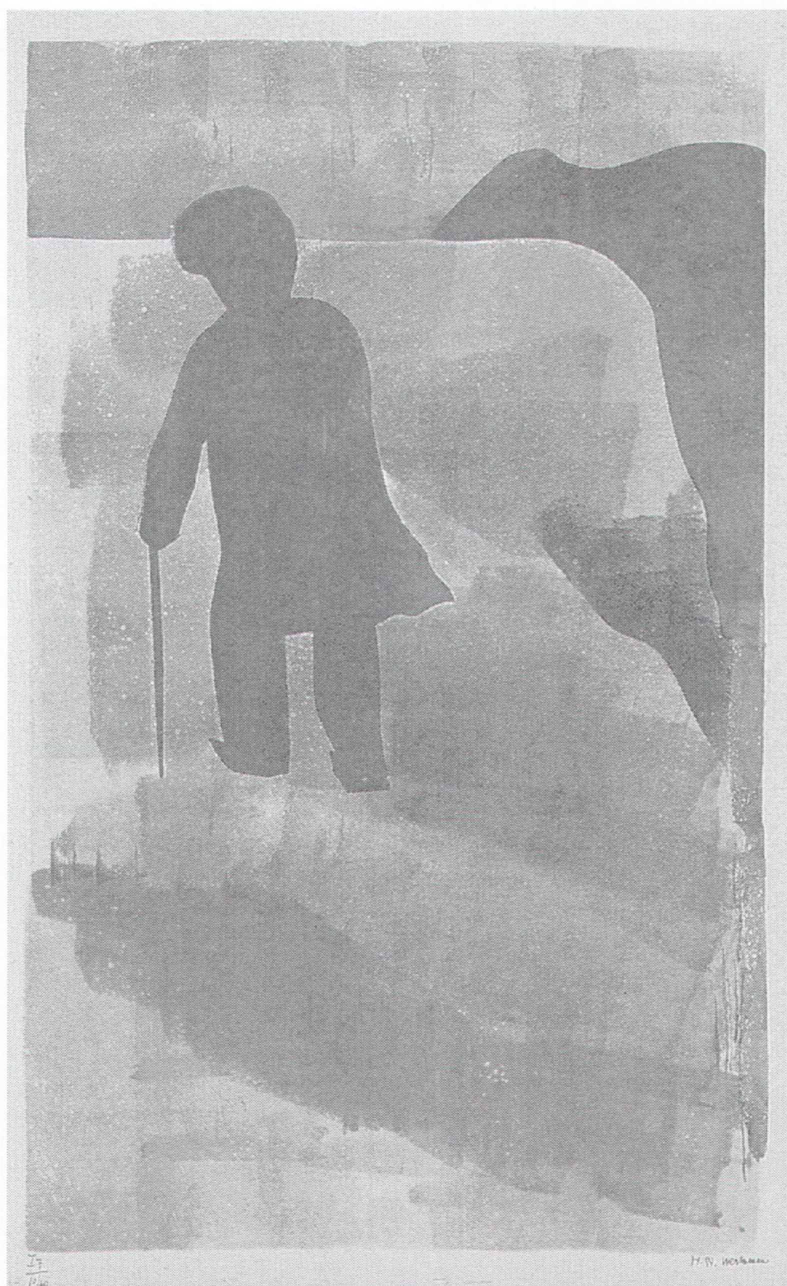
Verlichting betekent niet dat je een beter mens bent geworden of dat je intellect is toegenomen. En het is moeilijk te erkennen dat jouw verlichting jouw subjectieve ding is – we willen het zo graag als objectieve waarheid zien. Kortom, je blijft mens.'

*Maakt een bevrijdend inzicht het juist moeilijker om je aan de precepts te houden?*
'Je kunt het ook omdraaien. Je hebt iets zo belangrijks en moois meegemaakt, dat de vraag zich opdringt: hoe nu verder? Als je werkelijk hebt ingezien dat alles één is, wat ga je dan doen? Hoe ga je leven? Persoonlijk heb ik dan een grotere reden om te kiezen voor geweldloosheid. Dat is ook afhankelijk van de traditie en cultuur waar je onderdeel van uitmaakt. Die bepalen mijn interpretatie van die ervaring. En natuurlijk je karakter. Iemand heeft wel eens gezegd: religie maakt goede mensen beter en slechte mensen slechter. Misschien is dat wel waar. Het kan een soort waas wekken waar door je blind wordt voor het feit dat je in een samenleving leeft en dat je met anderen te maken hebt. Maar hoe verlicht ook, je hebt je te gedragen.'

*Zoals nu sommige katholieke priesters en bisschoppen nauwelijks schijnen te beseffen wat ze met kleine kinderen hebben uitgehaald?*
'Daar zouden ze goed naar moeten kijken. Zoals wij dat ook binnen de zentraditie moeten doen, want daar gebeuren ook de gekste dingen. Dan heb je niets aan een verlicht standpunt, want vanuit een verlicht standpunt rest slechts zwijgen. Vanuit een relatief oogpunt kun je je wel degelijk afvragen of het deugt.'

*Dus het hangt helemaal van de persoon af hoe hij een verlichtingservaring aanwendt?*
'Ja. En het is heel begrijpelijk dat hij trots is: "Ik heb nu iets meegemaakt! Niemand hoeft mij nog iets te vertellen." Daarom smeekten Dogen en Hakuin hun monniken om door te gaan met hun zentraining, met dat harde, saaie, gedisciplineerde leven in die trainingstempels. Want die trots moet slijten.'

*Sommigen menen dat je verlichting juist vindt in de naleving van de precepts.*
'Dat is zeker een mogelijkheid. Maar niet meer dan dat, zoals zazen ook een mogelijkheid tot bevrijdend inzicht biedt. Noch zazen noch de voorschriften bieden enige garantie. Niemand weet hoe en wanneer verlichting zich voordoet. We beoefenen iets dat volstrekt onkenbaar en onvoorspelbaar is. Persoonlijk vind ik dat erg mooi.'



H. N. Werkman, de weg terug, 1941

# Op een dag verloor alles zijn naam

door **Arjan Tervoort**

*Op een dag verloor alles zijn naam.*
*Daarin was hij niet alleen,*
*Alleen verloor ook haar naam*
*en met haar goed en kwaad.*

*Na een tijd kreeg niets zijn naam.*
*Toen niets op het punt stond*
*zijn naam te verliezen bood*
*niets meer weerstand.*
*Uiteindelijk verloor niets zijn naam.*

*Daarna kreeg alles weer een naam te leen*
*Maar niet enkel alles,*
*Enkel kreeg ook haar naam te leen,*
*samen met goed en kwaad.*
*...en niets.*

# Voorschriften

*door* **Marloes Lasker**

**Marloes houdt een dagboek bij dat ze van plan is te publiceren onder de titel *Ik ken je niet, mijn gelijke*. Onderstaande bijdrage is van woensdag 15 december 2010.**

Eigenlijk hebben al die voorschriften en ook al die gedragingen zoals benoemd in het achtvoudige pad (juist handelen, juist spreken, etc.) geen tot nauwelijks waarde zonder inzicht. Ze zijn wel uit inzicht ontstaan, en daarom belangrijk, maar ik dien eerst zelf tot inzicht te komen alvorens de voorschriften daadwerkelijk een diepere betekenis krijgen. Voordat ze van een glans worden voorzien. Sterker nog, ik denk dat ze als vanzelf tot leven komen als ik diep genoeg van het inzicht ben doordrongen. Dan lijken zij een natuurlijk gevolg te zijn.

Op de Wikipediapagina over Meister Eckhart vond ik het volgende stukje: 'De eis van gelatenheid heeft, zoals Eckhart steeds weer benadrukt, verreikende consequenties voor het morele handelen. Het vindt het doel in zichzelf, als de mens van de goddelijke doelloosheid zijn innerlijke houding maakt. Eckharts ethiek is geen ethiek van gedrag, maar van instelling (Dietmar Mieth). De maatstaf voor ethisch handelen is instelling en inzicht, niet een bepaald uiterlijk voorschrift of het inschatten van gevolgen.'
Ik weet niet of dit accuraat is weergegeven, vertrouw immers nooit Wikipedia helemaal, maar ik vind het toch een interessante analyse van Mieth. Ik herken het namelijk in de teksten van Eckhart.

Meister Eckhart zegt bijvoorbeeld in preek 17 in het boek *Over God wil ik zwijgen, preken en traktaten* het volgende: 'In de rechtvaardige moet niets werkzaam zijn dan enkel God. Want is het zo dat iets van buitenaf je aanzet tot handelen, heus, dan zijn al je werken dood. Willen jouw werken leven, dan moet God je inwendig daartoe aanzetten in het innerlijkste van je ziel, willen ze leven, want daar is jouw leven, en daar leef je.'

Het paradoxale hieraan is dat als ik diep vanuit mijzelf, het innerlijkste van mijn ziel mijn leven leef, dan is 'iets dat van buitenaf mij aanzet tot handelen'

niet mogelijk. Want er is dan niets buiten mij. Echter dien ik mij dat telkens opnieuw te her-inneren. Te beoefenen.

Het innerlijkste van mijn ziel is, zoals God, onkenbaar. Daar (of daar heel dichtbij, want het diepste punt zelf is in mijn leven misschien onmogelijk te 'bereiken') ben ik doordrongen van duisternis. *Ik weet niet wie ik ben.* Daar is de enige plek waar ik de ander op een zuiver gelijke hoogte kan ontmoeten. *Ik weet niet wie hij is.* Op gelijke hoogte, in de duisternis van niet-weten gehuld, ontmoet ik hem, zonder dat ik op hem neer kan kijken of tegen hem op kan zien. Precies zoals ik ben, samen één Geest.

*Ik ken je niet, mijn gelijke.*

En dan kan ik niet anders dan van je houden.
Hoe kan ik je dan niet liefhebben, mijn gelijke, mijn geliefde?

Daar ontstaan de voorschriften. Of misschien beter gezegd: daar in dat diepe, duistere deel van de Geest zijn ze reeds aanwezig. Als onvoorwaardelijke liefde.

Zoals veel clichés, in eerste instantie oppervlakkig rondgestrooid, gaandeweg een steeds diepere doorleefdheid blijken te bezitten.



**Meister Eckhart**

# 'Eer de haan kraait, zal hij mij driemaal verloochenen'

door **Dirk Horai Beemster**

'Beloof je niet te liegen?'

Vol overtuiging en onschuldig oprecht antwoord ik: 'Ja'.
Ik zal er wat op los gelogen hebben in mijn voorafgaande leven. Dat moet nu maar eens afgelopen zijn. De waarheid, niets dan de waarheid.

Er volgt een diepe buiging voor het altaar, waarachter leraar G. in vol ornaat zetelt, en ruimhartig met heilig water sprenkelt. De leraar, een vleesgeworden Boeddha waarmee je je onvoorwaardelijk verbindt.

Na zeven jaar aarzeling heb ik met de nodige scepsis gevraagd de beloften te mogen ontvangen. En nu, hier in de Tiltenberg, is het zover. Omringd door geliefden, sanghabroeders en zusters, en wolken wierook worden mijn beloften bezegeld. Het zijn er zestien; we zijn bij de negende beland.

Tot mijn verbazing herhaalt G. Roshi de gelofte: 'Beloof je niet te liegen?'

Hij geloofde me zeker niet, Dat kan kloppen, want ik kan liegen dat ik het zelf geloof. Een extra bevestiging van deze gelofte is daarom zeker gepast.
'Ja', klinkt het ferm.

Ik geloof mezelf en buig. Achter me klinkt besmuikt gegniffel.

'Weet je het heel zeker?'

Ik moet zijn ondergedompeld in onnozelheid. Door zijn charisma ben ik overweldigd. Mijn volle verstand moet zijn uitgeschakeld, want weer zeg ik: 'Ja'.

In de tuin kraait een haan.





# Sprookje

door **Ellen Neve**

Vorige week werden we geconfronteerd, met terugwerkende kracht, met zaken die een half jaar of langer geleden hebben plaatsgevonden in het leven van onze toen 13-jarige pleegdochter. En dat was niet fijn. Er kwamen details naar voren die we wel vermoedden in die tijd maar niet boven water kregen. Nu gebeurde dat alsnog. Alhoewel onze dochter zich verbazingwekkend weinig zei te herinneren. Ze wilde dat dan ook echt niet. De schaamte was te groot. Het was heel moeilijk voor haar om erover te praten, terwijl wij vragen in overvloed hadden. Dat praten zou echt niet lukken en ze kwam met een tegenvoorstel: 'ik wil het wel opschrijven'. Wij gingen akkoord met dat voorstel. Ik stelde een lijst met dertig vragen op en gaf deze aan haar. Summier heeft ze ze beantwoord. Maar dat wat we wilde weten werd uiteindelijk wel duidelijk.

Er brak een groot verdriet in me los.

Niet als een uitbarsting maar stiekem, in kleine stroompjes, zo gaandeweg gedurende de week, terwijl ik door de stad liep. Of tijdens het boetseren, dat mijn gedachten afdwaalden naar haar en haar verhaal.Of bij het koken voor ons drieën, dat ik het gemis van haar aanwezigheid zo diep voelde. Of tijdens een verhaal over een andere dochter, en wat voor gezelligs deze moeder met haar gedaan had.

De confrontatie met onze werkelijkheid was rauw.

Want gaandeweg de week werd ik, vooral tijdens het mediteren maar niet alleen dan, me ervan bewust dat ik allerlei verlangens en wensen ten aanzien van onze dochter en mezelf had. Ik had haar zo graag gegund dat ze stiekem verliefd op een of andere gezellige buurjongen zou worden. Dat ze dan kleine liefdesbriefjes zou gaan schrijven, dat ze elkaar dan in het steegje hierachter zouden ontmoeten, en dat ze dan lekker voor het eerst zou gaan tongzoenen. Zo'n zachte kalverliefde die ik zelf ook heb gehad, en waar ik nog steeds graag aan terugdenk.
En dat ik als moeder hiervan getuige zou mogen zijn zonder dat daar woorden aan besteed hoefden te worden.

De grootste confrontatie was ook dat ik onze dochter niet voldoende heb kunnen beschermen. Ondanks dat ik er bovenop zat. Dat ik zo hard gewerkt heb om juist dit te voorkomen, en dat dat gewoon niet gelukt is. Dat diepe gevoel van falen zonder dat ik daar schuld aan heb. Ze was toen niet tegen te houden, liet zich niets zeggen, leidde simpelweg een geheim leven. Alle hulp, allerlei ingebouwde veiligheidsmechanismen hebben haar en ons niet kunnen behoeden. Dat is de harde realiteit.

Ik zag vorige week alle bewuste en onbewuste verlangens en wensen ten aanzien van onze dochter als grote met droombeelden gevulde luchtballonnen één voor één uit elkaar spatten. Ik viel uit mijn zelf gecreëerde fantasiewereld, en de landing was hard, koud, en kaal.

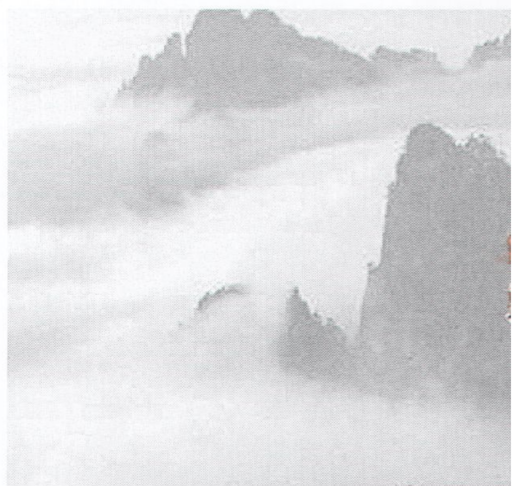
De realiteit is niet voor te stellen.

Nu, een paar dagen later, onze dochter is weer terug naar haar woongroep, pak ik mezelf weer bij elkaar, haal diep adem, realiseer me 'het is voorbij', en doe mijn dagelijkse ding. Ik voel me rustiger, leger, en vraag me af: hoeveel illusies zou ik eigenlijk hebben? Het moeten er honderden zijn, welnee duizenden... Hoe maak ik ze eigenlijk, en waar komen ze vandaan, van hoeveel ben ik me bewust en van hoeveel niet? Zou het ooit ophouden, dat maken van illusies? Ik constateer dat ik mezelf het antwoord schuldig zal moeten blijven, ik weet het gewoon niet.

Het doet er ook niet toe, vorige week is alweer voorbij. Het was wel een mooi sprookje.

# HAIKU-HOEK

Door **Henk van der Geest**



# Les Gavatxes

**De Haiku-hoek komt dit keer uit Spanje, vanuit Les Gavatxes om preciezer te zijn, de prachtige plek van Corrie Koppedraijer en Loet de Wolf in de Spaanse Pyreneeën. Voor een verblijf van drie weken ben ik neergestreken op deze paradijselijke plek.**
**Mocht je ooit het idee hebben hier eens naar toe te gaan, aarzel niet. Je zult zeker niet teleurgesteld worden. Het is een prachtige stille plek midden in een overdadig groene natuur.**

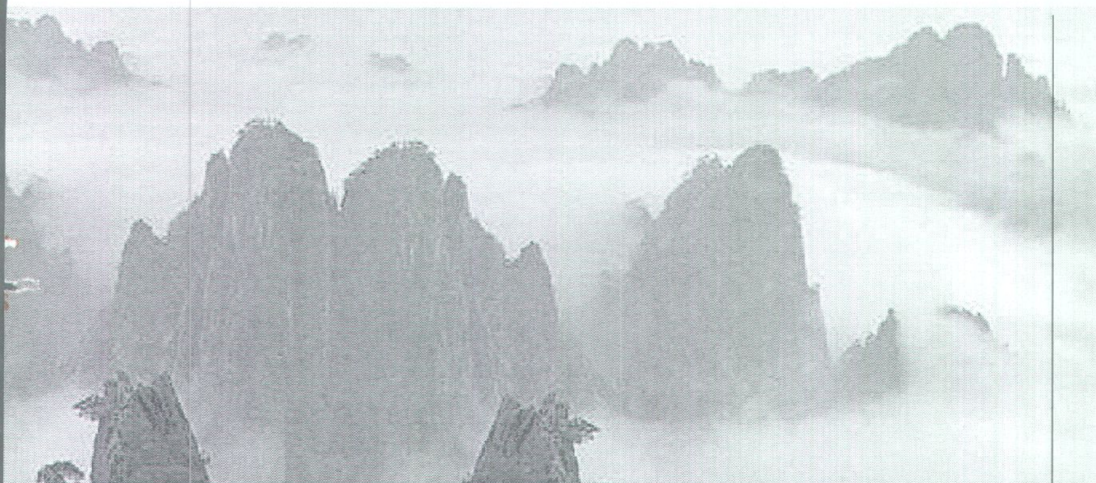
De grote rust, kalme vanzelfsprekendheid waarmee alles hier gebeurt, is bijzonder weldadig. 'Je ontwaakt er aan de dingen.' Deze woorden van Gurdjieff kwamen in dit verband bij me op, toen hij het had over het leven in zijn gemeenschap op het platteland in de buurt van Parijs.

De wind in de bomen, de ruisende beken aan twee kanten van het terrein waar Corrie en Loet wonen en niet te vergeten de vele vogels, dat zijn zo ongeveer alle geluiden die je hoort. Alles wordt gedragen door de grote vrede die hier heerst:

*al je doen en laten*
*alles lost op in stilte*
*maar vogels, vogels!*

Anderhalve week geleden heeft het enkele dagen veel geregend. De riviertjes beneden in het dal lieten daardoor flink van zich horen. In het houten tuinhuisje waarin ik slaap kan ik 's avonds in bed het zachte geruis nog horen:

*bij het slapengaan*
*en bij het wakker worden*
*het ruisen van de beek*



*ruisende beken*
*wiegen de bergen in slaap –*
*een wassende maandag*

Loet is bezig een mooi nieuw onderkomen voor de kippen te bouwen. Hij heeft een stel kuikentjes erbij gekregen, die bij gemis van een kloek (moederkip) voortdurend warmte en bescherming bij elkaar zoeken. Corrie naderde het hokje eens om ze van wat dichterbij te zien. Schrikkerig als ze zijn duiken ze dan met z'n allen het nachthokje in en kruipen onder de lamp. Ontroerd zag Corrie hoe ze daarbij als één wezen in precies hetzelfde ritme ademen:

*samen rond de lamp*
*als kuikens in het kippenhok*
*één lichaam, één adem*

Over een week begint de retraite van Lida Kerssies. Het programma bestaat uit meditatie en werken (buiten hoofdzakelijk). Het 'zitten' in de prachtige zendo is voor mij zonder overdrijving vaak een belevenis hoor. De grote zuiverheid, de dragende stilte van die plek is er een van een bijzondere schoonheid. Daarvoor alleen al is een reis naar dit oord de moeite waard.



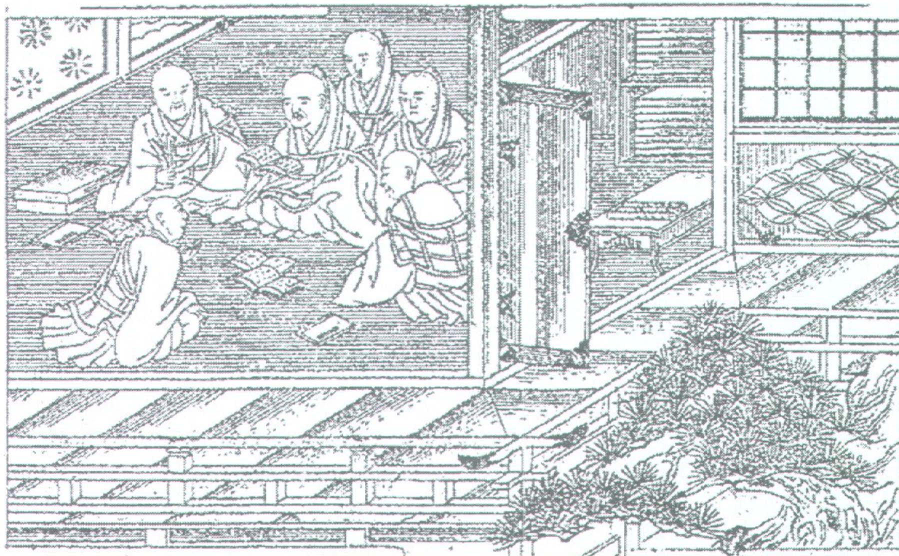


# Tussen relativeren en moraliseren

*door* **Jelle Seidel**

**Eten boeddhisten vlees? Wat vinden we van abortus? Zijn boeddhisten vanzelf pacifisten? Hoe staan boeddhisten tegenover het zelfgekozen levenseinde? Is er een boeddhistische visie op staatszaken (democratie, burgerrechten, vrijheid, sociale gelijkheid, broederschap)?**

Vragen waar ik mee zit sinds ik in 1993 het pad betrad. De antwoorden die er kwamen bevredigden mij lang niet altijd. Zenboeddhistische betogen plegen nogal relativistisch te zijn. Plat gezegd: er is een stelsel van geloften, er zijn principes, situaties verschillen en je moet het verder zelf maar uitzoeken. En dan nog: bestaat er in de eenheid van alles en iedereen eigenlijk wel een zelf dat zoekt en handelt? Het lijkt erop dat het zenboeddhisme slecht geëquipeerd is om over dit soort vragen algemeen toepasbare uitspraken te doen. Levenslang zelfonderzoek op het kussen leidt slechts tot aller-individueelste antwoorden op aller-individueelste ethische vragen.



Graag bepaal ik zelf mijn houding en gedrag. Maar ik heb wel behoefte aan openbare gedachtevorming en helder advies bij de praktische toepassing van de geloften die ik ooit afgelegd heb. Ik kan natuurlijk terecht bij mijn leraren, maar waar is de bredere reflectie? Waarom bestaat er geen boeddhistische instelling – een boeddhistische denktank bijvoorbeeld – die sociale, politieke en ethische kwesties grondig bestudeert en daarover een afgewogen oordeel geeft? Waarom is er in de boeddhistische bladen weinig openbare discussie over goed en kwaad?

Een relativerende omgang met ethische vragen klemt temeer als zenleraren in de fout gaan. Genpo Roshi trekt publiekelijk het boetekleed aan en bekent zich tot de boeddhistische geloften, maar hij gaat wel door met Big Mind. 'My only dharma is my karma.' In de VS adviseren 44 tot 66 zenleraren hem om een jaartje te stoppen en af te kicken, maar in Nederland zijn we terughoudend met zulke morele oordelen ('Wie zijn wij dat we mogen oordelen over het gedrag van een zenmeester?'). Een evenwichtige, afgewogen manier om publiekelijk met de achterliggende morele vragen om te gaan, hebben we kennelijk nog niet gevonden.

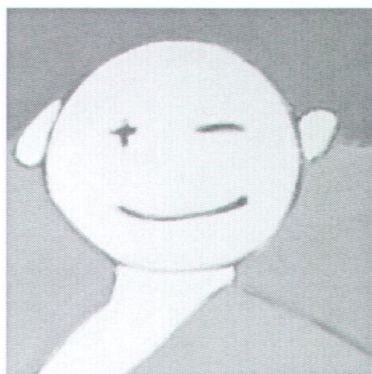
Is boeddhistische ethiek echt zo betrekkelijk en individueel? Nee, zegt Damien

Keown, hoogleraar boeddhistische ethiek. Volgens hem hebben de grote boeddhistische stromingen het systematische nadenken over ethische kwesties verwaarloosd. Theravada-scholen door te poneren dat het doel van praktiseren is om door verlichting uit te stijgen boven goed en kwaad, Mahayana-scholen door in reactie daarop het bodhisattva-ideaal zo overheersend te maken, dat ethische nuances minder belangrijk worden. Hij constateert dat het boeddhisme zich voornamelijk heeft beziggehouden met de aard van de werkelijkheid (leegte) en de menselijke reactie daarop, maar zijn algemene moraal niet heeft geconcretiseerd op allerlei deelterreinen, zoals een staatsleer, rechtsfilosofie, economische theorie, medische ethiek, enz. Dat heeft het christendom wel gedaan. Daar is bijvoorbeeld het leerstuk van de rechtvaardige oorlog ontwikkeld. Keown vindt dat het wel degelijk mogelijk is – op basis van de uitspraken die van de Boeddha zijn overgeleverd – om op allerlei gebied een boeddhistische moraal te ontwikkelen.

Bijvoorbeeld: moeten boeddhisten zich beschikbaar stellen als orgaandonor? Hij heeft daar serieuze bedenkingen tegen op grond van het moderne begrip 'hersendood'. In de boeddhistische traditie – hij citeert de bronnen uitvoerig – gaat het bij doodgaan om meer dan de hersenfuncties, het ademen, de bloedsomloop. Een levend wezen is pas echt dood bij verlies van de organische integriteit van het lichaam. Dat orgaantransplantatie gebeurt met de bedoeling om levens te redden is waar, maar feit blijft dat het, als je de 'hersendood' niet aanvaardt, gaat om het bewust doden van een levend wezen. Zolang je niet zeker weet of iemand dood is, dient het voordeel van de twijfel uit te gaan naar de patiënt, en niet naar mensen die belang hebben bij zijn dood. Daarmee verlies je onvermijdelijk organen en gaan mensen die daarop wachten dood. Het is dus een heel zware keuze. Daarom zouden de middelen die nu aan orgaandonatie besteed worden beter kunnen worden aangewend voor de ontwikkeling van nieuwe geneesmiddelen en alternatieve technieken.

Ik vind dit een inspirerend voorbeeld. Keown zoekt naar een brede basis voor morele oordelen en is niet bang om een duidelijk standpunt in te nemen. Laten we dus in onze zenpraktijk ethische kwesties niet wegrelativeren. Het streven naar verlichting dient hand in hand te gaan met heldere morele overwegingen en consequent gedrag.

# ZENWEETJES



**Waarom doen we de dingen zoals we ze doen? Connie en Petra gaan op onderzoek uit! Ook een vraag? Mail naar connie.franssen@gmail.com of info@petrahubbeling.com. Overigens zijn de zenweetjes niet noodzakelijkerwijs altijd zenfeitjes.**

**Waarom stappen we met onze linkervoet de zendo binnen?**

Als je gaat kijken op het internet dan vind je dat de ene zendo betreden wordt met de linkervoet en de andere zendo met de rechtervoet. Wanneer nu de linker en wanneer de rechtervoet? Eigenlijk is het heel gemakkelijk, je betreedt de zendo met de voet aan de kant van het deurscharnier. In onze zendo is dat bij beide ingangen (vanaf het theehuis en vanaf de hal bij daisankamer) aan de linkerkant dus betreed je de zendo met je linkervoet. Als nu vanaf het theehuis gezien beide deuren naar de zendo open staan dan betreed je de zendo aan de linkerkant van de ingang met je linkervoet. Alleen de abt of de leraar mag via het midden van de deuropening de zendo in- en uitgaan. Monniken en andere mediteerders dienen in ons geval aan de linkerkant te blijven.

Zodra je met beide voeten de zendo binnengestapt bent, buig je met je handen in gassho _/_ naar de Boeddha.

Je stapt de zendo aan beide kanten uit met je rechtervoet (ook weer de kant van het deurscharnier).

**Waar komt de rakusu vandaan?**

Het verhaal gaat dat de pij van de Boeddha gemaakt was van restjes stof, oranje gekleurd met saffraan vanwege de desinfecterende eigenschappen.
Die restjes stof samen vertoonden gelijkenis met de de rijstvelden waar de Boeddha doorheen trok. Later, toen het boeddhisme naar China kwam, droegen de monniken een pij met een cirkelvormige, houten sluiting. Nadat de Chinese overheid het dragen van de monnikspij verbood, bedachten de monniken, ook niet voor één gat te vangen, een light versie die onder de kleren gedragen kon worden: de rakusu. Althans, zo gaat het verhaal...
Hoe het ook zij, tot op de dag van vandaag naaien we de rakusu van reepjes stof, lijkend op rijstvelden en gebruiken we een cirkel waarmee de sluiting gesymboliseerd wordt. Na het ontvangen van jukai dragen we onze rakusu als we zitten. Over onze kleren, zichtbaar voor de hele wereld.

tekening Willem Schuitemaker



Albertus Jonas Brandt, Afrikaantjes, 18e eeuw

# Fuketsu's spreken en zwijgen

Door **Jan Mathijs Cuypers**

**Op zijn website www.jmcm.nl plaatst Jan Mathijs gedichten die hij maakt bij de koans van de Mumonkan (de poortloze poort).**
**Onderstaand gedicht werd geïnspireerd door Mumonkan 24: Fuketsu's spreken en zwijgen.**

*Wie bindt wie?*

*Dit mag niet, dat wel*

*Dit kan niet, dat wel*

*Dit moet, dat niet*

*Ik laat deze voorschriften voor wat ze zijn*

*En volg mijn voeten, handen en mond – met heel mijn wezen*

*Als een zingende patrijs die nog nooit een notenbalk heeft gelezen.*

Inspiratiebron: Fuketsu's spreken en zwijgen – Mumonkan 24: Een monnik vroeg aan Fuketsu: 'Spreken en zwijgen zijn beide onjuist als 'ri' of 'bi'.* Hoe dit te voorkomen?' Fuketsu zei: 'Ik zal me altijd de lente in Kõnan herinneren, waar de patrijzen zingen. Hoezeer de talloze bloemen in het oog springen!'

* ri: naar binnen gerichte actie, bi: naar buiten gerichte actie



# Osama Bin Laden

*door* **Corrie Koppedraijer**

**Woorden uiten is niet lucht uitblazen. Degenen die woorden uiten, zeggen iets. Maar dat wat ze zeggen is bij uitstek wisselvallig. Is er dan wel echt zoiets als 'iets zeggen'. Of bestaat er eigenlijk niet zoiets als 'iets zeggen'. Als je vindt dat 'iets zeggen' verschilt van het tjilpen van vogels, is er dan nog grond voor discussie? Of is er geen grond voor discussie?** Uit: *Zhuang Zi; de volledige geschriften*. Kristofer Schipper.

Ik zit op mijn kussen:

(...)

Koud; stom, mijn sjaal vergeten
Morgen niet vergeten een tandenborstel te kopen
Loet zal op bed moeten blijven na die spataderoperatie; dus daarvoor moeten alle boodschappen voor de retraite met Lida gedaan zijn
Zonde van de kip; kop afgebeten; fretten zijn bloedzuigers; hoe ziet een fret er eigenlijk uit
Osama Bin Laden vermoord en in zee gedumpt; het gesprekje met Quan (10 jaar) schiet me te binnen:

'Osama Bin Laden is dood,' zei hij opgewekt.
'O,' antwoordde ik
'Ze hebben hem doodgeschoten.'
'Goh.'
'Vind je het dan niet goed?'
'Ik weet het niet.'
'Hij deed wel hele nare dingen.'
'Hij heeft verschrikkelijke dingen gedaan.'
'Nou, dan is het toch goed dat hij dood is.'
'Ze hadden hem kunnen oppakken.'
'Ja, maar ze zijn bang dat hij dan ontsnapt.'
'Moest hij daarom dood?'

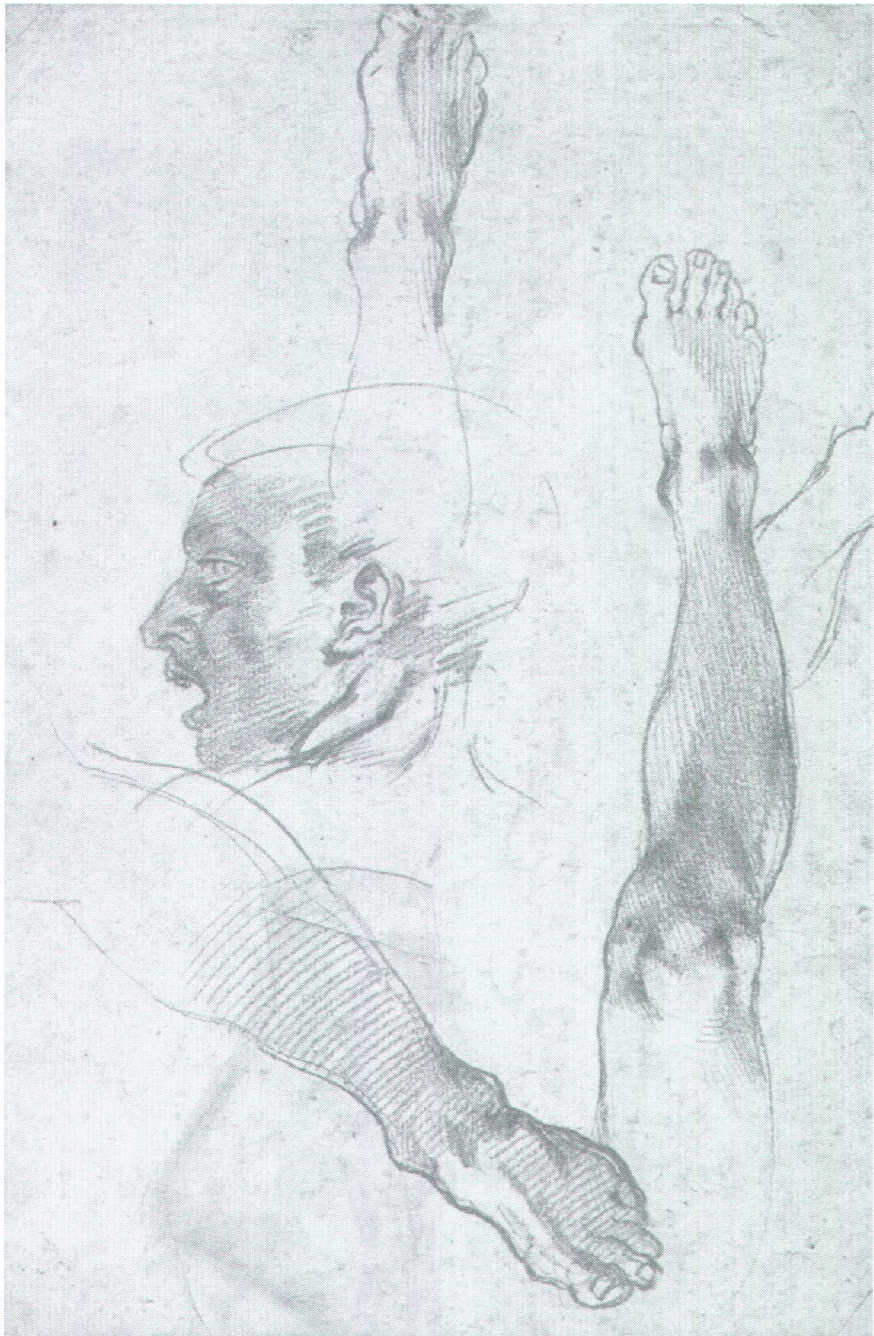
Het onthutste gezicht en Quan's stilzwijgen; om zo'n jochie op te schepen met zo'n vraag... Had ik iets anders moeten zeggen?
Gedumpt in zee; alle moslims ter wereld zouden opgeroepen moeten worden om naar alle stranden ter wereld te gaan om zout te winnen uit zeewater, zoals ooit Gandhi in strijd tegen de Britse overheersing het volk mobiliseerde om zout te maken en dat te verkopen; de moslims zouden langs de branding een bergje zout kunnen maken zodat het weer weggespoeld wordt door de zee, als een soort *memento mori*; mag ik de naam van Gandhi in dit kader wel noemen...
Jammer toch van die kip; het was zo'n pittig ding; we hebben er inmiddels al heel wat 'versleten'; die verdomde fret; een klap voor z'n kop kan-ie krijgen.
Misschien maar vier tandenborstels kopen dan ben ik voorlopig van dat gezeur af.

(...)

Zo gaat mijn praktijk op het kussen. Mijn weg is een individuele weg. En die praktijk of weg heeft niets met moraal te maken. Of het iets met zen te maken heeft, weet ik ook niet. Dat ik in gedachten allerlei morele kwesties aansnijd doet niet ter zake. Gedachten aan Osama Bin Laden onderscheiden zich niet van gedachten aan tandenborstels.

Als het om moraal gaat zijn er twee of meer 'partijen' in het geding: ik en de ander(en). Ik weet niet veel van moraal of moraalfilosofen. Maar voor mij betekent moraal het innemen van een standpunt en wellicht daarnaar handelen of de ander het juiste of het goede voorschrijven. Moraal scheidt, en ik beoefen zen om minder onderscheid te maken, minder standpunten en posities in te nemen en ik streef ernaar om dat in het dagelijkse leven tot uitdrukking te brengen. Dat streven is onderdeel van de beoefening en heeft in principe dus ook niets moralistisch in zich.

Maar, de voorschriften dan? Ik streef naar van alles en nog wat, dat heb ik beloofd en je zou de voorschriften of leefregels kunnen samenvatten in 'het goede' te doen en 'het kwade' te laten, maar in die belofte zit geen standpunt, dat is nou net het verschil met moreel handelen. De voorschriften zijn geformuleerd om de eenheid in de gemeenschap of sangha te bewaren. De voorschriften zijn niet scheidend, gaan niet over 'ik' en 'de ander', want ik ben de ander en omgekeerd. In de leefregels zit ons streven om elkaar te respecteren, elkaar leefruimte te geven, elkaar niet te kwetsen en te bezeren, etc. niet om beter te zijn of worden dan je eerst was, maar om te zorgen voor de eenheid en ongescheidenheid. Als ik iemand bezeer, bezeer ik mezelf en alle anderen. Als ik afkeur of voorkeur vertoon, maak ik onderscheid en doe ik iets met de eenheid cq. gemeenschap. Ik leef met voor- of afkeur en daar is op zich niks mis mee, maar zen helpt me te zien en te doorzien dat bijvoorbeeld kwaadspreken effecten heeft op anderen cq. de sangha en dat ik daarmee het lijden in standhoud. Zen is in die zin een onderzoeksmethode en een hulpmiddel op de weg die ik denk te gaan, want over die weg weet ik feitelijk niets en dat leert zen me ook. Dat ik verder zo calvinistisch ben als de pest en menigmaal mijn vingertje hef, voegt aan die weg niets toe of af.



Michelangelo Buonarrotti, studie voor God en Adam, 15e eeuw

# De Sangha



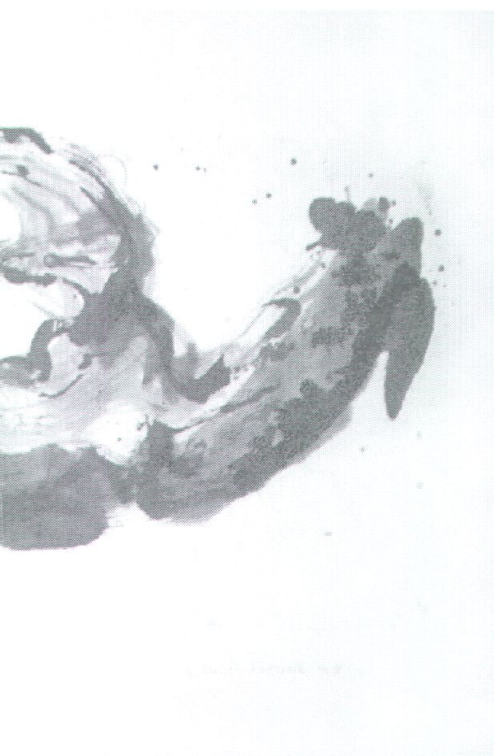
Naam **Pim Milo**
*Zenpraktijk sinds* **2004**

**Wat was voor jou destijds de aanleiding om aan zen te gaan doen?**
Negen jaar geleden besloot ik, na een loopbaan in de reclame, van schrijven mijn beroep te maken. Geen reclameteksten, maar kunstkritiek. Fotocriticus. Dat schrijven wilde niet vlotten. Teveel ratio, te weinig emotie. Geen wonder. In mijn tomeloze ambitie om tot de top van de bureauwereld op te klimmen, had ik mijn gevoel uitgeschakeld, ten koste van twee huwelijken en de relatie met mijn kinderen. 'There's room at the top they are telling you still, but first you must learn how to smile as you kill', zong John Lennon al. Ik ging mediteren om de verbinding tussen hoofd en hart te herstellen. ('Te herstellen?', hoor ik mijn exen en kinderen meesmuilen. 'Tot stand brengen zal je bedoelen.')

**Waarmee vermaak je je op het kussen?**
De rug recht, de oren boven de schouders, de kin iets omlaag, de neus boven de navel, de ogen geloken, trek ik me aan mijn kruintje naar het plafond. Terwijl ik me bewust ben van dit zittende lichaam, tel ik mijn ademhaling van een tot tien. Het kost geen moeite om mijn gedachten vrijelijk alle kanten uit te laten waaieren. Dat doen ze ook buiten het kussen al. Soms schrijf ik de mooiste artikelen of lezingen, zonder die op te kunnen schrijven en zonder daarvan in paniek te raken. Wat goed is komt terug, wat ik vergeet was de moeite van het onthouden waarschijnlijk niet waard.

**Waar spoort zen je toe aan?**
Ik hou van de uitspraak van Erich Fromm: 'Man's main task in life is to give birth to himself.' Dat is wat zen met mij doet. Door 's ochtends te zitten en mijn geest leeg te maken, voelt

tekening Rita Hofland



elke dag als een nieuw begin. Voor mij is het zenboeddhisme geen religie of levensbeschouwing, maar een bewustwordingsproces. Zen spoort me aan om mijzelf te vernieuwen, elke dag een beter mens te zijn.

**Wat leidt je af van je zenbeoefening?**

De wisseling van winter- naar zomertijd en weer terug. Dan ben ik altijd een aantal dagen uit mijn ritme, waardoor het zitten er soms bij inschiet. Voor het overige is er eigenlijk niets dat me afleidt. De zenbeoefening is een afleiding op zich.

**Welk zenboeddhistisch woord spreekt je het meeste aan?**

Loslaten. Loslaten betekent: niets te moeten, niets te hoeven, niets te willen. Het helpt je je onbevangenheid terug te krijgen, open te staan. In dat 'loslaten' zit een enorme bevrijding.

**Wat is voor jou de grootste valstrik in zen?**

Het tegengestelde van loslaten: hechten. Sinds ik zit, is de relatie met mijn kinderen beter dan ooit. Ook schrijven gaat steeds makkelijker en beter. Zen is belangrijk, maar ik probeer het niet groter te maken dan het is. Ik probeer 'onthecht' te zijn, ook ten aanzien van mijn zenbeoefening. Niettemin heb ik nog een lange weg af te leggen. Gelukkig, want het is elke donderdagavond een feest om naar Meindert en de sangha te gaan!

# Mededelingen

### City-sesshin

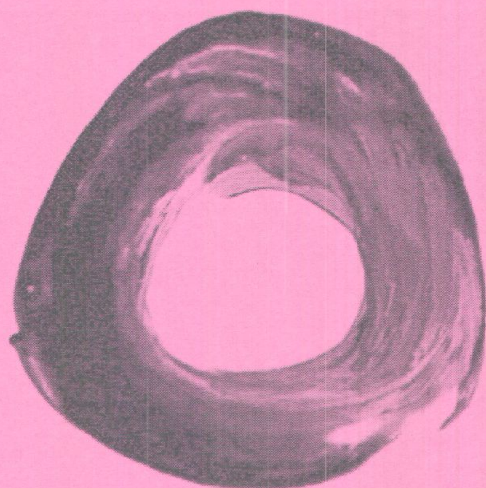
Zomer: donderdag 23 t/m zondag 26 juni, 9.30 – 17.30 u. Bijdrage hele sesshin €130, of €45 per dag. Onder leiding van Niko Tydeman Sensei en Lida Kerssies. Opgave vooraf bij het secretariaat noodzakelijk.

### Zitten in 2011-2012

Het nieuwe seizoen wordt op zondag 4 september gestart met een introductiemiddag van 13-16u. Toegang €10. Vanaf 5 september beginnen de zitavonden:
Maandag: André van der Braak
Dinsdag: Niko Tydeman Sensei
Woensdag: Lida Kerssies
Donderdag: Meindert van den Heuvel

### Dharmatransmissie en thema volgende Zensor

De afgelopen maanden hebben Gretha Aerts en Meindert van den Heuvel dharma transmissie ontvangen van Niko Sensei. In augustus volgt Joke.
Op zaterdag 27 augustus zal dit gevierd worden met een bijeenkomst in De Rode Hoed. Ter gelegenheid hiervan zal het herfstnummer van de Zensor dan al verschijnen. Het thema van dit nummer is 'transmissie'. Wie aan dit nummer een bijdrage wil leveren, kan de kopij uiterlijk 15 juli sturen naar Jacqueline: j.oskamp1@chello.nl



Zensor 53 zomer 2011

**Zensor... is**
het mededelingenblad
van het Kanzeon
Zencentrum Amsterdam
en een open forum voor
alle leden van de sangha.

*Redaktie*
André van der Braak
Jacqueline Oskamp
Gita Sonnenberg
*Beeldredaktie & opmaak*
Marjan Gerritse
*Medewerkers*
Henk van der Geest
Rita Hofland

*Redaktieadres*
André van der Braak
e avdbraak@xs4all.nl
Jacqueline Oskamp
e j.oskamp1@chello.nl
t 020–6712 415

**Zensor...** 4 nummers per jaar
van herfst t/m voorjaar.

**Zensor maakt deel uit van het groot en klein abonnement.**

**De Zensor komt in de zendo te liggen en alle abonnementhouders kunnen een exemplaar meenemen.**

**De Zensor zal ook nog steeds los te koop zijn voor € 3 per nummer.**